



# L'ITALIA A TAVOLA

VIAGGIO NELLE TRADIZIONI CULINARIE DELLE REGIONI ITALIANE



Redazione a cura di Gabriella Scaccini Dietista  
CIRFOOD



Far conoscere le nostre regioni significa anche far capire ai bambini e alle bambine la ricchezza delle diversità e che l'integrazione tra i popoli è già avvenuta.

I piatti tipici verranno presentati con riferimenti geografici, cenni storici, tradizioni delle regioni...  
made in Italy .

Il progetto si propone di far conoscere le tradizioni gastronomiche del nostro Paese, rafforzando il modello alimentare mediterraneo ritenuto in tutto il mondo uno dei più efficaci per la protezione della salute, nonché uno dei più vari e bilanciati.



L'educazione alimentare si fa anche così, facendo assaggiare ai bambini cibi nuovi, sapori alternativi che rivelano altre tradizioni.

La geografia insegnata a tavola: così il nostro servizio mensa fa conoscere l'Italia attraverso i menù regionali che i bambini assaggiano a scuola.

Il momento del pasto è centrale nel percorso di educazione del bambino: non solo impara a conoscere gli alimenti e i vari sapori, coglierà l'importanza di una corretta alimentazione dove un ruolo importante trovano la frutta e la verdura, dove bisogna mangiare periodicamente i legumi e limitare l'uso della carne e dei cibi troppo dolci o troppo conditi.



Attraverso il cibo si stimola la curiosità del bambino, lo si educa a sperimentare, lo si apre anche alla conoscenza di altre tradizioni culinarie, di cui la nostra nazione è ricchissima.

Per questo noi di CIRFOOD esploreremo nelle mense delle scuole del Comune di Desio i menù regionali, che vengono presentati insieme ad alcune note che accennano la storia del piatto, per cogliere l'occasione di spiegare ai ragazzi l'origine del piatto e le tradizioni che lo accompagnano.

# LAZIO



## Mezze maniche alla Gricia (griscia)

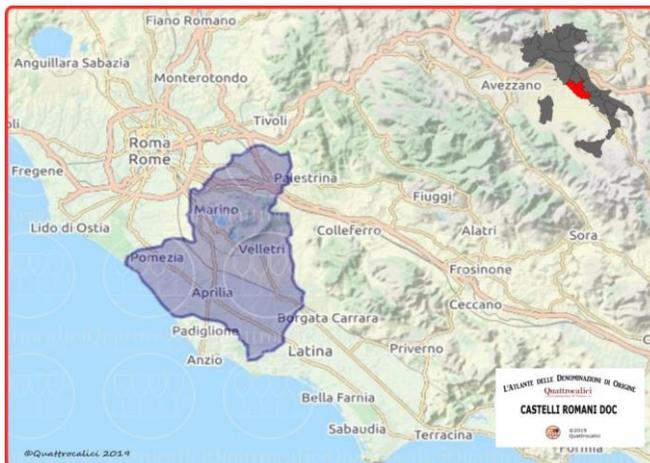
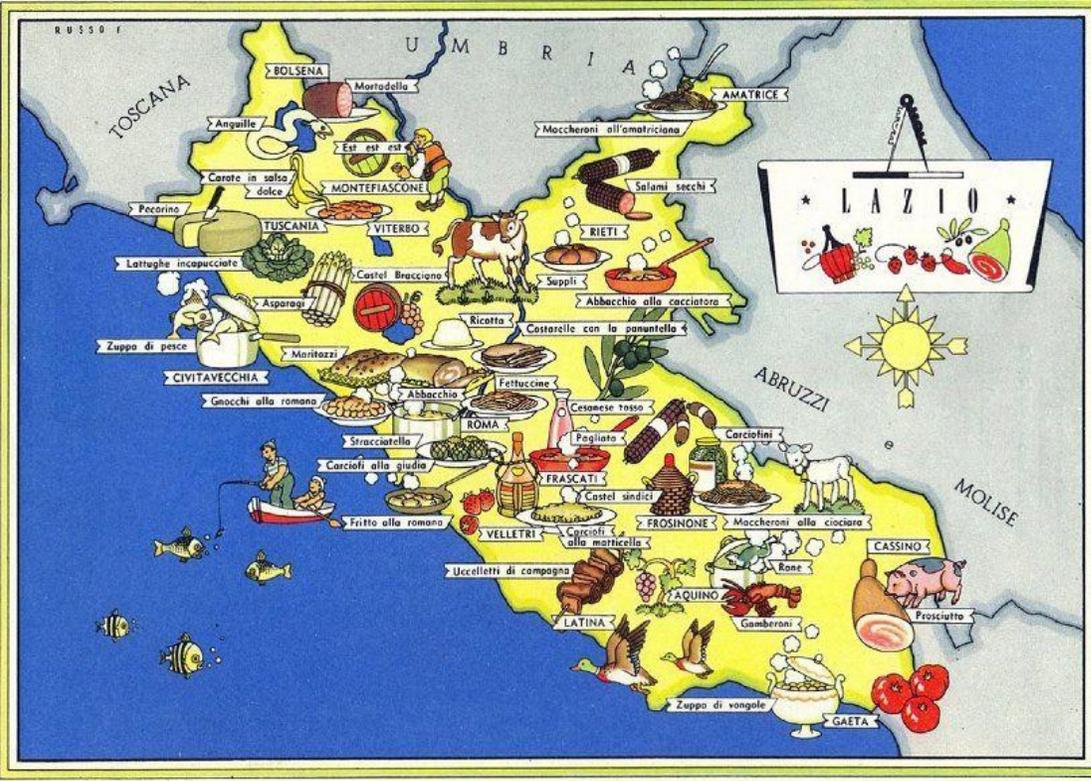
La pasta alla gricia sembra aver avuto origine dalle parti di Grisciano in provincia di Rieti. Nata prima dell'amatriciana, visto che prima della scoperta dell'America (1492) il pomodoro non esisteva in Italia.

## Pollo alla romana

“Er pollo alla romana” è un piatto tradizionale della cucina romana e laziale che si prepara soprattutto in estate e che **non manca mai sulla tavola di Ferragosto**. L'origine di questo gustoso piatto si perde nella notte dei tempi. La ricetta, semplicissima, pare sia nata ai **Castelli**, l'insieme dei centri siti sui Colli Albani che abbracciano da vicino, a sud, la Capitale ROMA.

## Insalata mista

## Dolcetto



# LA NOSTRA REGIONE: LOMBARDIA



## LA NOSTRA REGIONE: LOMBARDIA

### CASONCELLI ( CASONSEI) BURRO E SALVIA

Il casoncello è una pasta fresca ripiena di origine bergamasca, la cui esistenza è documentata già nel 1366. Il ripieno conferisce ai casoncelli un sapore lievemente dolciastro; il casoncello è tipico della tradizione culinaria della Lombardia.

### Provolone Valpadano DOP

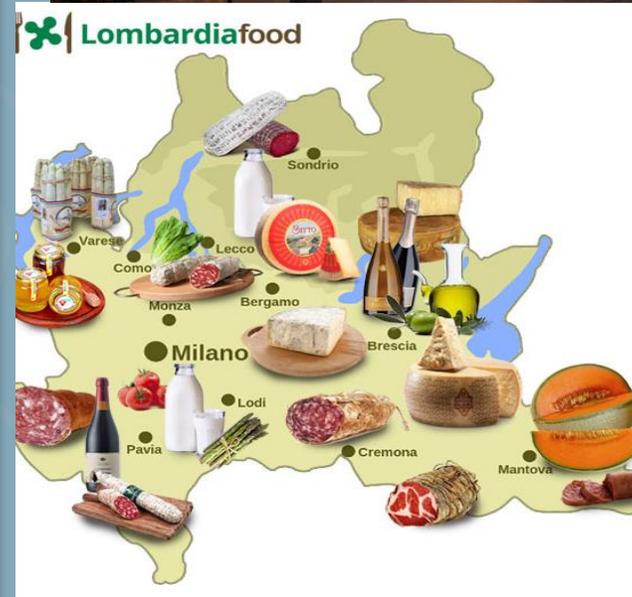
### PISELLI STUFATI

### PERA MANTOVANA

La pera mantovana è coltivata nella zona dell'Oltrepò e vanta una tradizione secolare.

Coltivata fin dal Medioevo nei giardini dei conventi e nei broli delle residenze nobiliari.

La Pera Mantovana è ottima in abbinamento ai formaggi, come nella migliore tradizione contadina, come il provolone.



# SARDEGNA

## MALLOREDDUS AL RAGU' SARDO

I **malloreddus**, conosciuti anche come **gnocchetti sardi**, sono un **prodotto gastronomico tipico** della Sardegna: sono tanti e diversi i nomi con cui gli gnocchetti vengono chiamati, si va infatti dai *cigiones* ai *macarones caidos*, fino ai *cravaos*.

## PECORINO SARDO

## CAVOLFIORE SOFFOCATO ALLA SARDA

## YOGURT BIANCO



# PUGLIA



## ORECCHIETTE ALLE CIME DI RAPA

Le **Orecchiette** sono un tipo di **pasta fresca** tipico della **regione Puglia**, a base di **farina di grano duro** rimacinata, **acqua** e **sale** la cui **forma rotonda e convaca** è simile a quella di **piccole orecchie**, da cui **deriva il loro nome!**

## POLPETTE CON POMODORO

## FAGIOLINI

## CROSTATINA CON CONFETTURA DI CILIEGIE

